[**LENTILLE**](http://www.troisfoisparjour.com/fr/recettes/soupes-potages/soupe-de-tomates-orzo)

***Verte***

**Proportion : 1 de lentille pour 3 d’eau**

* 1 tasse (165g) pour 3 tasses d’eau non-salée
* Ne pas tremper, rincer à l’eau froide
* Porter à ébullition, couvrir et laisser cuire pendant 20-25 minutes

***Rouge***

* 1 tasse pour 3 tasses d’eau non-salée
* Ne pas tremper, rincer à l’eau froideSS
* Porter à ébullition, couvrir et laisser cuire pendant 10-15 minutes

***Information supplémentaire***

Cuire avec du sel brise la membrane des lentilles.